

健発0909第6号

平成27年9月9日

各

都道府県知事
保健所設置市長
特別区長

 殿

厚生労働省健康局長
(公印省略)

生活習慣病予防その他の健康増進を目的として提供する
食事の目安の普及について

平成25年度から開始している「健康日本21（第二次）」では、健康寿命の延伸に向けて、適正な量と質の食事をとる者の増加を目標に掲げ、個々人の食生活の改善と社会環境の改善を図ることとしている。

また、本年4月に施行された「日本人の食事摂取基準（2015年版）」では、生活習慣病予防や健康の保持・増進を図るために必要なエネルギー及び34項目の栄養素の基準値を定めているが、これらの栄養素をバランス良く摂取するためには、日々の食事を適切な内容に整える必要がある。

これまで、「食生活指針の推進について（平成12年3月24日閣議決定）」や「『食事バランスガイド』の普及活用について（平成17年8月1日付け健発0801004号・17消安4642号厚生労働省健康局長、農林水産省消費・安全局長連名通知）」を通して、食生活改善に取り組んできたが、依然として、肥満ややせ、栄養バランスの偏りなどの課題がみられる。また、自分で調理し食事を作る機会が減り、中食や外食の利用が進む中で、食事の選択は多様となり、バランスのとれた食事をとることが難しくなりつつある。

このため、生活習慣病予防や健康増進の観点から、栄養バランスのとれた食事の普及が様々な食事の提供場面で一層の工夫や広がりをもって展開されるよう、今般、生活習慣病予防その他の健康増進を目的として提供する食事の目安を、別紙のとおり策定した。本目安は、以下のような場面で活用されることを想定している。なお、目安の活用にあたって、個別の商品に「厚生労働省ガイドライン適合メニュー」等の表示をすることは認められていないので、ご留意願いたい。

<目安の活用例>

- ・事業者が提供する食事のレシピ考案
- ・市町村や民間主催の生活習慣病予防等を目的とした料理教室
- ・各種食事セミナーや栄養指導でのレシピ紹介
- ・雑誌や料理本での生活習慣病予防等を目的としたレシピ掲載、レシピ集の作成
- ・インターネットによる生活習慣病予防等を目的とした料理レシピの提供など

については、本目安の普及を図るため、それぞれの地域や対象者の特性、さらに食品や料理の多様性を踏まえ、都道府県等において「生活習慣病予防その他の健康増進を目的として提供する食事の普及に係る実施の手引」（別添）に基づき効果的な取組が実施されるようご配慮をお願いするとともに、地域において食を通じた社会環境の整備に取り組むこととなる関係団体並びに民間企業等への周知をお願いしたい。あわせて、都道府県におかれては管内市町村（保健所設置市を除く）への周知をお願いしたい。